

Saftig sjokoladekake med Dumle



Det har blitt desember.

Det har vært november.

Jeg har endelig lært meg å elske november.

November er som et dystert og kranglete barn som tester tålmodigheten din og ikke gir deg så mye kjærighet tilbake.

Men jeg tar det jeg får.

En strålende soloppgang.

Nakne grener med glitterfrost og knopper som hvisker om vår.

En isklar stjernehimmel.

Et kaldt soverom.

Vakkert vinterlys som sprenger inn i sinnet.

Et varmt skjerf som kjærtegner kinnet.

En trygg armkrok.

En bok.



Enten det er november eller desember, blir det sjelden feil med sjokoladekake. Og med Dumle blir det ekstra digg!

Du trenger:

175 g meierismør

100 g mørk sjokolade, grovhakket

2.5 dl sukker

0,5 dl lys sirup

*2 ts vaniljesukker
0,75 dl kakao
1,75 dl siktet hvetemel
3 egg
18 Dumle karameller delt i to*

Slik gjør du:

Sett ovnen på 200 grader, over- og undervarme.

Finn frem en kvadratisk eller rund springform på ca 23 cm og kle den med bakepapir. (Jeg pleier å smøre den først for da fester papiret seg bedre).

Finn frem en halvstor gryte, du skal blande hele kakerøren i gryten.

Smelt smøret i gryten. Når smøret er helt smeltet har du i sjokoladen. Tilsett så sirup, sukker, kakao og vaniljesukker. Rør rundt til sjokoladen har smeltet og du har en glatt røre. Ha i egg og mel og rør igjen til alt er blandet.

Ha røren i kakeformen og bre den jevnt. Del karamellene i to med en skarp kniv. Stikk dem ned i kakerøren med «snittsiden» opp.

Stek kaken midt i ovnen i 25 minutter.

Avkjøl og skjær i biter.

Kos deg.



Jordbær dyppet i sjokolade



På mange måter er livet mitt ganske komplisert. Jeg er alene med tre barn, har ekstremt lite fritid, er konstant sliten, jeg har en krevende (og morsom) jobb og en mamma som er veldig syk. Men egentlig er det også veldig enkelt: Jeg har mennesker rundt meg jeg elsker og noen som elsker meg. Og så har jeg jordbær dyppet i sjokolade! Dét er veldig enkelt, det!

Du trenger:

1 kurv jordbær

100 gram mørk eller melkesjokolade

50 gram hvit sjokolade (evt erstatt med mørk)

kokosmasse (kan sløyfes)

Slik gjør du:

Smelt sjokolade over vannbad: ha litt vann i en kjele som du koker opp og så skrur varmen ned slik at det bare putrer. Sett en bolle på kjelen slik at den dekker hele kjelen uten at bollen kommer nedi vannet. Ha sjokoladen i bollen og rør litt i den til den har smeltet helt.

Dekk en tallerken eller et brett med tinnfolie.

Dypp jordbær i sjokolade og sett dem på brettet. De jordbærene jeg dypper i hvit sjokolade, ruller jeg også i kokos.

Sett jordbærene kaldt så sjokoladen stivner.

Kos deg.

Scones med Lemoncurd og krem (til fastelavn)



Kjære verden der ute. Jeg har til informasjon forskanset meg inne i sofaen i en rød, ny kjole. OG jeg akter ikke å flytte meg før minst ett av følgende krav blir innfridd:

- at det slutter å snø
- at alle Valentinesprodukter og reklame fjernes fra butikkene
- at sjokolade blir kalorifritt
- fred på jord
- at huset mitt vasker seg selv



Og tro ikke at jeg kommer luskende ut med det første heller! I morgen er det nemlig fastelavn og jeg har tatt en deilig snarvei og bakt scones. Livet er ofte komplisert, så da er det fint at noe kan være enkelt! Mine luftige scones er fylt med pisket krem og lemoncurd og er herved mine gisler. Innfri et krav ellers spiser jeg opp alle!



Du trenger:

7,5 dl siktet hvetemel

2 ts bakepulver

0,5 ts salt

2 ts vaniljesukker

1 dl sukker

100 g kaldt meierismør, i terninger

2,75 dl melk

melk, til pensling

perlesukker (kan sløyfes)

pisket krem og lemoncurd, til servering

Slik gjør du:

Sett ovnen på 210 grader, over- og undervarme.

Kle et stekebrett med bakepapir.

Ha alle ingrediensene unntatt melken i en foodprosessor og kjør til en kornete masse. Alternativt kan du blande det tørre og smuldre inn smøret i melblandingen med fingrene dine. Spe med melk til deigen samler seg. Ha litt mel på kjøkkenbenken og tipp deigen oppå. Elt den lett sammen og trykk dem ut til en 2-3 cm tykk leiv. Stikk ut rundinger med et lite glass eller lignende og legg over på stekebrettet. Jeg fikk 12 stykker. Pensle med melk og strø øver perlesukker. Stek midt i ovnen i 12 minutter eller til sconsene er litt gylne og får en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

Del i to og server med krem og lemoncurd, eller kanskje syltetøy?

Kos deg.



**Seig sjokoladecake med
oreokjeks**



Livet. Er. Komplisert. Hvert fall mitt liv. Og det går så altfor fort! Det gjelder å puste inn. Og ut. Og holde fast i de gode øyeblikkene, tenne stearinlys på de mørke kveldene og finne en hånd å holde litt i, av og til.

Og dessuten synes jeg ikke man trenger noen anledning til å bake. Glem farsdag, liksom! Vi burde heller bake mye oftere. Og jeg elsker når jeg finner oppskrifter som er enkle og likevel smaker himmelsk. Bare sjekk ut denne seige «kladdkakan» med oreokjeks! Røra lages i en gryte med en sleiv, snakk om minimalt med oppvask.

Livet er komplisert, men baking er enkelt!

God søndag. ☐



Du trenger:

175 g meierismør

100 g mørk sjokolade, grovhakket

2.5 dl sukker

0,5 dl lys sirup

2 ts vaniljesukker

0,75 dl kakao

1,75 dl siktet hvetemel

3 egg

1 pk oreokjeks (eller 3 forsvant før jeg rakk å bake)

Slik gjør du:

Sett ovnen på 200 grader, over- og undervarme.

Finn frem en kvadratisk eller rund springform på ca 23 cm og kle den med bakepapir. (Jeg pleier å smøre den først for da fester papiret seg bedre).

Finn frem en halvstor gryte, du skal blande hele kakerøren i gryten.

Smelt smøret i gryten. Når smøret er helt smeltet har du i sjokoladen. Tilsett så sirup, sukker, kakao og vaniljesukker. Rør rundt til sjokoladen har smeltet og du har en glatt røre. Ha i egg og mel og rør igjen til alt er blandet.

Ha røren i kakeformen og bre den jevnt. Del kjeksene i to med en skarp kniv. Stikk kjeksene ned i kakerøren med «snittsiden» opp. Eventuelle knuste biter strør du bare over tilslutt.

Stek kaken midt i ovnen i 25-27 minutter. Min var perfekt etter 27.

Avkjøl og skjær i biter.

Kos deg.

Oppskriften fant jeg hos "Hembakat"



Dobbel brownie med stratosfyll og krem



Kan du huske sommeren? Kan du huske sand mellom tærne og duften av nyslått gress? Kan du kjenne den myke brisen fra den blå sjøen og den solbrente skulderen din? Kan du høre lydene fra flyplassen en tidlig morgen eller føle reisefeber brenne i kinnene? Kan du merke den fløyelsmyke sommerkvelden snike seg inn bak svaberget og langsomt se lyse skifte styrke? Kan du smake de solvarme jordbærene som farger fløten på tallerken rosa og som pynter den luksuriøse sjokoladekaken din?

– Dét kan jeg.

Du trenger:

Til kaken:

100 g meierismør, smeltet

2 egg

3 dl sukker

1,5 dl siktet hvetemel

4 ss kakao

1,5 ts vaniljesukker

2 ts bakpulver

Sjokoladefyll:

200 g stratos eller annen melkesjokolade

1 dl kremfløte

25 g meierismør

Topping:

2-3 dl kremfløte, pisket

15-20 jordbær, delt i to

Slik gjør du:

Sett ovnen på 150 grader.

Smør to springformer (ca 23 cm) evt engangsformer i folie og dekk bunnen med bakepapir.

Smelt smøret. Pisk egg og sukker luftig. Rør så inn smøret. Bland sammen kakao, vaniljesukker, bakepulver og mel. Sikt dette ned i smørblandingen og vend raskt sammen. Fordel røren jevnt i de to formene og stek midt i ovnen i ca 35 minutter. La avkjøle helt før du setter kakebunnene i fryseren i ca 45 minutter. Dette gjør det enklere å skjære i dem senere.

Så lager du fyllet:

Hakk sjokoladen. Kok opp fløten og dra kjelen til side. Tilsett sjokolade og smør og rør til sjokoladen har smeltet og du har en glatt krem. La kremen avkjøle litt før du setter den

en time i kjøleskapet.

Pisk kremfløte.

Ha så den ene kakebunnen på et fat. Bre over sjokoladefyllet og legg på den andre bunnen. Avslutt med et lag pisket krem og friske jordbær.

Kos deg.



**Sukkerfrie sjokoladeboller:
sjukt digg ass**



Jeg må innrømme at jeg må jobbe litt med meg sjæl for tida. I en travel hverdag er det så lett å lengte etter fredag, helg, høstferie, vår, sommer, solskinn og, ja. Sjokolade. Og vet du hva jeg er redd for? At jeg midt i all lengtinga skal våkne en dag og oppdage at jeg har gått glipp av mitt eget liv. OG blitt ekstra tjukk og god av all sjokoladen jeg har proppa i meg. ☐ Så derfor passer det perfekt med disse sukkerfrie “negerbollene” som et sunt alternativ til sjokolade på hverdager.

For jeg skal bli glad i hverdagene! Kanskje til og med elske dem.

Du trenger:

(20-30 stk)

100 g mykt smør, jeg liker kvitseidsmør

4 dl havregryn

10 store dadler, uten sten

3 ss kakao

2 ss sterk kaffe

kokosmasse til å rulle bollene i

Slik gjør du:

Ha dadlene i en bolle. Mos dem til en jevn masse med en stavmikser. Tilsett smør og havregryn og bruk stavmikseren til å blande det sammen, men det er bare fint om litt havregryn ikke er most. Rør inn kakao og kaffe. Sett bollen i kjøleskapet i ca 20 minutter så det er litt lettere å trille massen til kuler. Form kuler med hendene dine, omtrent på størrelse med en liten valnøtt. Rull dem i kokosmasse og oppbevar kjølig i en tett boks.

Kos deg.



Inspirasjon til oppskriften fant jeg på denne fine bloggen:

<http://kjoekjentjeneste.blogspot.no/2015/12/kologiske-havregrynnskuler-med-dadler-og.html?m=1>

Mine fem favoritter til morsdag og Valentines

God lørdag!

Her får du fem favoritter jeg hadde blitt superglad for på morsdagen og Valentines-dagen. Men dere, la oss være ærlige. Disse godbitene blir man glad for når som helst. ☐

[Perfekte amerikanske pannekaker](#)

[Luftige vaniljesnurrer i langpanne](#)

[Knallgod iskaffe mocca med kun tre enkle ingredienser!](#)

[After eight brownies](#)

[Marengsrullekake med sjokoladeganache og bringebær](#)

Saftig brownies med ostekaketopping og bringebærkrem



I dag hadde mannen min bursdag. Da jeg spurte han hva slags kake han ville ha sa han beskjedent: brownies, ostekake og bringebærbløtekake. Kanskje litt ambisiøst, men så er han tross alt gift med Bollefrua!

For å gjøre livet enkelt, slo jeg alle de tre ønskene hans sammen i et Kinderegg av en kake. Fantastisk kombinasjon av smaker!

Oppskriften er fra The Hummingbird bakery i London.



Du trenger:

(ca 20-25 stykker)

Til browniebunnen:

200 g mørk kokesjokolade, grovhakket

200 g mykt meierismør

250 g melis

3 egg

110 g siktet hvetemel

Til ostekakelaget:

400 g Philadelphiaost naturell

150 g melis

0,5 ts vaniljeekstrakt

2 egg

Til bringebærkremen:

3 dl kremfløte

100 g melis

150 g bringebær (hvis du bruker frosne ville jeg helt av mesteparten av væsken etter at de er tint)

Slik gjør du:

Sett ovnen på 170 grader.

Smelt sjokoladen over vannbad og sett til side.

Pisk smør og melis glatt og tilsett ett egg om gangen. Pisk godt mellom hvert egg. Tilsett melet i tre omganger og rør hver gang. Vend tilslutt inn den smeltede sjokoladen.

Kle en liten langpanne med bakepapir, ideelt 33×23 cm, men min er litt større og det ble fortsatt bra.

Bre brownierøren ut i formen.

Pisk så sammen kremost, vaniljeekstrakt og melis til den er glatt. Tilsett ett egg om gangen og pisk godt mellom hvert egg. Bre ostemassen over browniebunnen.

Stek kaken midt i ovnen i ca 30 minutter. Ostefyllet skal være fast å ta på.

Avkjøl kaken og la den stå minimum to timer i kjøleskap eller gjerne natten over.

Bringebærkremen lager du ved å ha fløte, bringebær og melis i en bolle og piske den til en stiv krem.

Skjær kaken i litt små stykker og ha litt bringebærkrem på hvert stykke.

Kos deg.



**Saftig sjokoladecake med
luftig melkesjokoladeglasur**



Denne sjokoladekaken er, i all beskjedenhet, en av de beste jeg har smakt. Og jeg skulle ønske jeg hadde en god unnskyldning eller anledning da jeg bakte den, men sannheten er at jeg gjorde det bare fordi jeg hadde lyst. Og jeg angrer ikke. Selv om jeg måtte gi den bort på Facebook i redsel for å spise alt selv. Men vet du hva det fine er? At nå kan du også bake den bare fordi du har lyst! Og det er tomt her, så bare send restene dine til meg. Om det blir noen. ☐



Du trenger:

Til bunnen:

200 g smør

200 g hvitt sukker

200 g brunt sukker
2,5 dl vann
250 siktet hvetemel
3 ts bakepulver
5 ss kakao
2 egg
125 g seterrømme

Til glasuren:

175 g smør
3 ss kakao
2 ss seterrømme

1 ss sterk kaffe
100 g melkesjokolade, finhakket
200 g melis
1 egg

Slik lager du kaken:

Sett ovnen på 180 grader.

Smør og mel to runde former, 23 cm i diameter.

Ha smør, sukker og vann i en litt stor gryte og varm opp forsiktig til alt har smeltet. Bland godt sammen. Ta gryten av varmen og tilsett hvetemel, kakao, bakepulver, egg og rømme. Rør alt sammen til en jevn røre og fordel så røren jevnt i de to kakeformene. Stek midt i ovnen i ca 22-25 minutter. Stikk bunnen med en tannpirker (i tre) eller lignende. Hvis det fortsatt fester seg kakerøre til pinnen, så stek den litt til. Hvis pinnen er ren eller kun har et par smuler på seg, er bunnene ferdige. Ta dem ut og la avkjøle litt i formene før du forsiktig legger dem over på en rist. Avkjøl helt.

Slik lager du glasuren:

Smelt smøret på svak varme sammen med kakao. Rør inn rømme og melkesjokolade og bland forsiktig til sjokoladen har smeltet. Tilsett kaffe og melis og rør til du har en glatt glasur. Sett kaldt i ca en time.

Når glassuren er helt kald, pisker du den opp med en elektrisk visp. Ha i egget etter ca 1 minutt og pisk til en lys og luftig drømmeglasur! NB. Ta en god spiseskje med glasur og nyt! ☐

Legg en kakebunn på et fat og topp med ca 1/3 av glassuren. Legg den andre bunnen oppå og pynt kaken med resten av glassuren. Holder seg fantastisk god i dagesvis, bare oppbevar den kaldt.

KOS DEG.



**Lune muffins med bringebær og
hvit sjokolade**



Hvilken dag det er i dag? Det er en være inne så mye du orker dag! En øsende regnværsdag, se på dårlig TV-serie dag og være takknemlig for alt og ingenting dag. En brette alle klærne dag, drikke for mye kaffe dag og tenne alle stearinlys dag. En høre på jazz dag, gå rundt i pysj dag og kose med baby dag. Og bake muffins dag! Og smake mye på røren dag! Og spise dem fortsatt varme dag! Og spise altfor mange muffins dag! Og absolutt ikke angre dag. Det er en slik dag.

Hvis du lurte. ☐

Du trenger:

(ca 20 stk)

125 g mykt smør

125 g sukker

3 egg

2,5 dl melk

300 g siktet hvetemel

2 ts bakepulver

75 g hvit sjokolade, finhakket

frosne bringebær, ca 3 til hver muffins (ca 200-300 g)

perlesukker (kan sløyfes)

Sett ovnen på 200 grader.

Ha papirformer i muffinsbrett.

Pisk smør og sukker hvitt og pisk så inn ett og ett egg.

Bland mel og bakepulver og tilsett mel og melk vekselvis i små mengder. Rør/pisk mellom hver gang du tilsetter melk eller mel. Begynn og avslutt med mel.

Vend tilslutt inn sjokoladen.

Fordel røren i formene, ca 3/4 dels fulle. Dytt omtrent tre bringebær i hver form og strø over perlesukker. Stek midt i ovnen i 15 minutter. Løft forsiktig de ferdig stekte muffinsene ut av brettet og la avkjøle (hvis du klarer) på rist. KOS DEG.



Uimotståelig god sjokolademoussekake med browniebunn og bringebær



Dette føles som et av de innleggene hvor jeg har lyst til å rope: "UIMOTSTÅELIG GOD SJOKOLADEMOUSSEKAKE MED BROWNIEBUNN OG BRINGEBÆR! NEED I SAY MORE?"

Og trenger jeg egentlig si mer? Jo, forresten! En ting til. Den er ganske enkel å lage også. ☐



Du trenger:

Til bunnen:

2 egg

1,5 dl sukker

100 g smeltet meierismør

0,75 dl kakao

0,25 ts salt

1 tsk bakpulver

1,5 dl siktet hvetemel

1,5 dl frosne bringebær, knust lett i en brødpose med feks en kjevle

Til sjokolademoussen:

1,5 dl kremfløte

150 g 70% sjokolade, hakket

100 g Dronningsjokolade, hakket

0,5 dl sukker

0,5 dl vann

3 eggeplommer

3,5 dl kremfløte, pisket (ikke stivpisket)

Til pynt:

1 dobbel Daim, hakket



Slik lager du bunnen:

Sett ovnen på 200 grader. Finn frem en 20 cm bred springform og kle den med bakepapir i bunn. Smør kantene og dekk de også med bakepapistrimler som stikker litt over kanten av formen. (Smøret gjør at papiret fester seg). Pisk så egg og sukker luftig. Tilsett smeltet smør og kakao. Bland sammen mel, bakepulver og salt og tilsett dette i egg-blandingen. Rør sammen til en glatt røre. Hell røren i formen og hell over frosne bringebær. Stek midt i ovnen i ca 27 minutter. Avkjøl i formen på rist.

Slik lager du moussen:

Ha den hakkede sjokoladen i en skål. Kok opp første mengde fløte og hell over sjokoladen. La stå et par minutter før du røren sjokoladen og fløten sammen til en glatt og blank krem.

Pisk andre mengde fløte halvstiv.

Ha eggeplommene i en liten skål og finn frem en elektrisk håndvisp.

Kok opp vann og sukker og dra kjelen av platen. Begynn å piske sukkerblandingen med vispen og hell samtidig i eggeplommer. Pisk til blandingen blir en kremet eggedosis.

Ha sjokoladekrem og eggedosis over i den piskede kremen og bruk en slikkepott til å forsiktig vende alt sammen til en glatt mousse. Hell moussen over den avkjølte bunnen og sett inn i fryseren. La kaken stå å stivne i fryseren i minimum 3-4 timer eller over natten.

La kaken stå i romtemperatur et par timer før servering. KOS DEG.



Oppskriften fant jeg hos "Hembakat"

**Enkel sjokoladefondant (for
alle oss som ELSKER
sjokolade)**



Sjokoladefondant, eller death by chocolate, som jeg egentlig synes det bør hete, er ikke for pyser, altså. Her snakker vi dedikasjon og ekte kjærlighet! Det er magisk, mektig og en salig blanding av mørk sjokoladecake og en flytende kjerne av, ja, varm kakerøre, rett og slett.

Sjokoladefondant er overhodet ikke vanskelig å lage, det eneste som kan gå galt er at du steker dem for mye og resultatet bare blir nydelig sjokoladecake. Ække så gæli det heller. ☐

Du trenger:

(6 stk)

125 g mykt smør (pluss ekstra for å smøre formene)

10 g kakao (pluss ekstra for å strø i formene)

300 g sjokolade, 70 %

125 g sukker

4 store egg, pisket sammen

en klype salt

1 ts vaniljeekstrakt

50 g siktet hvetemel

Til servering:

creme fraiche

friske bær

kruttsterk kaffe ☐

Slik gjør du det:

Sett ovnen på 200 grader og sett inn et stekebrett midt i ovnen.

Finn frem 6 ildfaste former som rommer 1,5 dl, du kan også bruke feks mummi-kopper eller andre krus som tåler en runde i ovnen. Tegn rundt formen på bakepapir, 6 sirkler og klipp ut. Smør formene med smør, legg papirsirkler i bunnen og smør bunnen igjen. Ha kakaopulver i formene og rist/vend på den til hele formen er dekket av et tynt lag smør og kakao.

Brekk sjokoladen i biter og smelt forsiktig over vannbad (gryte med litt vann som småkoker og en større bolle som dekker toppen av gryten uten å berøre vannet. Ha sjokoladen i bollen og la den varme dampen smelte sjokoladen). Sett til side i ca 10-15 minutter.

Ha så smør og sukker i en bolle og pisk til en kremet blanding. Pisk gradvis inn eggene. Ha i en klype salt, vanilje og mel og bland med en slikkepott. Vend til slutt inn smeltet sjokolade. Fordel røren (som for ordens skyld smaker helt forførrerisk) i formene, ca 120 g røre i hver form. Sett formene inn i ovnen på det varme stekebrettet og la de stå i

11 minutter (dette var perfekt i min ovn). Du kan riste forsiktig på en av formene og sjekke at de ikke er helt lealøse. Tipp/vend ut fondantene rett på serveringstallerkener, sikt over litt kakao og server med ønsket tilbehør og kaffe. KOS DEG.



**Kaffecupcakes
mokkafrosting**

med



I kveld får du oppskrift på deilige cupcakes med smak av kaffe og sjokolade, to av de tingene jeg er aller mest glad i. Se på det som en ren kjærlighetsærklæring en søndags kveld! ☐

Cupcakekos:

140g sukker

140g mykt smør

3 store egg

140g mel

1 ts bakepulver

2 ss espresso pulver (instant) blandet med 1 ss vann

1-2 dl hakkede valnøtter (kan sløyfes)

mokkabønner eller sjokoladehjerter, til pynt

Til frostingen:

200g mykt smør

200g melis

2 ts espresso pulver blandet med 1 ss vann (ikke sikkert du vil bruke alt, smak deg frem)

50g smeltet mørk sjokolade

Sett ovnen på 175. Ha 12 cupcakesformer (av papir) i et muffinsbrett og sett til side. Fin frem en bakebolle og tilsett smør og sukker. Pisk til en luftig krem. Rør så inn ett og ett egg og en og en ss med mel og pisk godt mellom hver gang. Tilsett resten av melet sammen med espresso og rør til alt så vidt er blandet. Vend inn nøttene. Fordel røren i formene, ca halvfulle. Stek midt i ovnen i ca 15-20 minutter. Vipp kakene ut av brettet og avkjøl på rist.

Lag frostingen ved å først piske smøret blekt. Tilsett så melis gradvis og tilslutt smeltet sjokolade og espresso. **IKKE** ta all kaffen på en gang, smak deg frem til passe mengde for deg. Når kakene er kalde, sprøyter du eller smører på kremen. Pynt med mokkabønner eller sjokoladehjerter. GOD SØNDAG!



Valentinsjokoladekake for to. Eller en.



Nå er det Valentines day igjen. Det er egentlig litt mas. Men enten du har kjæreste eller ikke, så suser (eller skal vi si ruller?) Bollefrua inn og redder dagen. Jeg har nemlig den perfekte oppskrift på en rask og saftig sjokoladekake for bare to. Eller en raus porsjon for en. Du trenger altså ikke lenger være rådvill, bare ta spiseskjeen i egen hånd og begynn å måle opp følgende ingredienser:

3 ss siktet hvetemel
0,25 ts bakepulver
en liten klype salt
3 ss sukker
2 ss kakao
1 egg
0,5 ts vaniljesukker
3 ss melk
3 ss smeltet smør eller solsikkeolje
3 ss hakket (mørk) sjokolade
evt hakkede pekannøtter, ca 6-7 stk

Sett ovnen på 175 grader. Finn frem et muffins brett med tre papirformer (du kan også bruke små ildfaste former, smør de i såfall godt). Denne oppskriften er til ca 3 små muffins former eller to litt større. Rør raskt sammen egg, melk og smør/olje og bland alt det tørre. Ha det tørre over i det våte og rør sammen. Det funker for øvrig å bare hive alt i en bolle og røre sammen. Vend inn sjokolade og evt nøtter. Ha røren i former og stek midt i ovnen i omtrent 20 minutter. La avkjøle noen minutter på brettet for du har de på rist. Eller spiser de opp da.



**Godt nybakt år med nybakt
brød!**



Det er januar, julen er over, året er rent og blankt som en nyskurt kjøkkenbenk. Har du noen nyttårsforsetter? Jeg har mange og de fleste er hyggelige. Her har du et lite utvalg (i tilfeldig rekkefølge):

1. Lese mer på sengen
2. Invitere oftere venner på middag.
3. Bake enda flere brød og utforske nye meltyper.
4. Gå mer på kafé.
5. Rydde mer.
6. Rote mindre.
7. Være mer tilstede der jeg er.
8. Planlegge bedre.
9. Ha det mer morsomt.
10. Tenne flere stearinlys.

Siden å bake brød kan involvere punkt 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9 og 10 startet jeg året med det. Dette hjertebrødet smaker helt fantastisk og er dessuten lekkert å sette rett på bordet sammen med en stor gryte rykende varm [suppe](#).

The love loaf:

- 7 dl lettmelk, lunken
- 1 pk gjær
- 500 g siktet hvetemel
- 250 g sammalt hvete, fin
- 250 g sammalt rug, fin
- 1 ts sukker
- 1 ts salt
- 100 g smør
- 1 stk egg til pensling
- vann til pensling

Ha melk, gjær, salt og sukker i en bakebolle og læ gjæren løse seg opp. Bruker du tørrgjær kan du ta dette rett i melet. Tilsett mel og elt deigen i kjøkkenmaskin i 5 minutter. Tilsett smøret i terninger og elt til alt smøret er blandet inn i deigen. Hev under plast til ca dobbel størrelse (ca en time). Ta deigen ut på melet bakebord og elt den lett sammen. Ta av litt av deigen til dekorhjertet på toppen. Kjevle den lille deigbiten en centimeter tykk. Skjær ut et hjerte med kniv eller stikk det ut med en pepperkakeform. Form resten av deigen til et stort hjerte på en smurt stekeplate. Pensle dekorhjertet med vann før det festes på brødet så sitter det bedre.



Sett ovnen på 225 grader. Etterhev under plast i 30 minutter. Pensle brødet (minus hjertet) med vann og strø over mel. Hjertet pensler du med egg, men ikke ha mel på. Stek brødet midt i ovnen i ca 20 minutter. Brødet skal ha en gylden farge og ha en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. Brødet kan fryses.



Oppskriften fant jeg hos [Opplysningskontoret for brød og korn](#).